

## ¿Qué es *Wisewoman*?

### *Wisewoman*:

(Pruebas de detección y evaluaciones bien integradas para mujeres en todo el país) es un servicio nuevo en Carolina del Sur. Brinda pruebas de detección gratuitas y educación sobre estilos de vida saludables para ayudar a mujeres como usted a bajar el riesgo de padecer enfermedades del corazón y derrames cerebrales.



Para más información sobre el programa

*Wisewoman*  
por favor visite:

[www.scdhec.gov/wisewoman](http://www.scdhec.gov/wisewoman)

Si usted vive en los condados de Chesterfield, Clarendon, Darlington, Dillon, Florence, kershaw, Lee, Marion, Marlboro o Sumter llame a Valencia S. Thomas al (843) 673-6530 o [thomasvs@dhec.sc.gov](mailto:thomasvs@dhec.sc.gov)

Si usted vive en los condados de Georgetown, Horry o Williamsburg, contacte a Regina Nesmith al (843) 355-6012 o [nesmitr@dhec.sc.gov](mailto:nesmitr@dhec.sc.gov)



CR-009512 5/11

# *Wisewoman*

Servicios de salud cardiovascular



¡Usted tendrá la oportunidad de inscribirse hoy en el programa

*Wisewoman!*

A continuación hay respuestas a algunas preguntas que tal vez tenga...

## ¿Reúno los requisitos de *Wisewoman*?

Para tener derecho a recibir los servicios de *Wisewoman* usted debe:

- \* Realizarse pruebas de detección de cáncer de seno y del cuello uterino con Best Chance Network (BCN), el programa de detección temprana de cáncer de seno y del cuello uterino de Carolina del Sur (SCBCCEDP, por sus siglas en inglés).
- \* Tener entre 47 y 64 años de edad.
- \* No tener seguro médico o tener sólo cobertura hospitalaria.



## ¿Cómo me pueden ayudar las pruebas de detección que ofrece *Wisewoman*?

Las pruebas de *Wisewoman* miden:

- \* La presión arterial
- \* El colesterol
- \* El nivel de azúcar en la sangre
- \* El peso
- \* El talle de la cintura

Estas mediciones le ayuda a usted y su doctor a saber si usted tiene problemas del corazón y de los vasos sanguíneos, y los pasos que debe tomar para mantenerse saludable. Se le programará una evaluación anual para saber cómo está.

¡Pregúntele a su médico o enfermera cómo usted puede participar en

## *Wisewoman*!



## ¿Cómo me puede ayudar la educación sobre estilos de vida saludable de *Wisewoman*?

- \* ¿Le gustaría dejar de fumar?
- \* ¿Le gustaría perder peso?
- \* ¿Le gustaría aprender a preparar comidas saludables?

La educación que brinda *Wisewoman* para promover estilos de vida saludable le puede ayudar! Se utilizarán libros de recetas, podómetros, bandas elásticas para ejercicio, sesiones en grupo e individuales para ayudarle a cambiar los factores que aumentan el riesgo de padecer un infarto o derrame cerebral.

